



BIG Insieme si cresce

“PROGETTO SPERIMENTALE di peer education, per il coinvolgimento della comunità scolastica (famiglie, personale scolastico, bambini) nella promozione degli stili di vita salutari”



TEMA DI SALUTE: Stili di vita; life skills; benessere

DESTINATARI: famiglie delle Scuole dell'Infanzia e Primaria

AREA: tutti i distretti scolastici

SERVIZIO RESPONSABILE SSD Promozione della Salute, SC Igiene Alimenti e Nutrizione

REFERENTE DI PROGETTO dr. Marcello Caputo

“La comunità educante per essere tale deve essere radicata in un territorio circoscritto, dove poter fomentare quegli elementi di appartenenza identitaria e spirito di comunità, legandoli all'apprendimento formalizzato, a quello informale e non formale ed alla cura dei beni comuni.”

Marco Rossi Doria

Razionale L'eccesso ponderale, le abitudini alimentari scorrette, lo scarso esercizio fisico e la sedentarietà sono tra i fattori di rischio per la salute più diffusi e sui quali è possibile intervenire attraverso un approccio di prevenzione intersettoriale e partecipato che raggiunga tutte le fasce di popolazione. La necessità di porre attenzione agli **stili di vita per il benessere psicofisico** della popolazione è ancora maggiore a seguito dei cambiamenti socio-economici innescati dalle misure di contenimento della pandemia, che rischiano di accentuare l'incidenza delle problematiche di salute connesse alle abitudini alimentari, di movimento, ma anche relazionali. In tal senso la scuola si configura come un ambito privilegiato per tutelare la salute e il benessere della collettività, primo bene comune, attivando le comunità stesse e le reti di cui la scuola è un nodo importante, per interventi condivisi, sostenibili e attenti al tema dell'equità.

Rinsaldare la rete di relazioni all'interno della comunità scolastica e con la comunità locale contribuisce a creare senso di appartenenza nelle persone coinvolte: questo si traduce in **un miglior rapporto scuola- famiglie** con ricadute positive sul benessere percepito, sul rendimento scolastico dei bambini e sull'autorevolezza riconosciuta all'istituzione scolastica.

L'elemento qualificante del progetto è l'**approccio partecipato** finalizzato all'**empowerment** degli individui e dell'intera comunità scolastica (bambini, genitori, personale scolastico), che diventa soggetto attivo nelle scelte di salute. Le esperienze vissute nell'ultimo anno a causa della pandemia hanno messo ancor più in evidenza l'**importanza delle relazioni all'interno delle comunità per il benessere** sia dei bambini che degli adulti e, allo stesso tempo, ci hanno consentito di sperimentare nuovi strumenti e metodi, oppure un loro utilizzo innovativo per tenere vivi i legami (es piattaforme digitali, outdoor education, reti informali, volontariato ...).

OBIETTIVI GENERALI

Implementare e valutare interventi di promozione degli stili di vita salutari nei bambini e nelle famiglie attraverso percorsi di *peer education* dei genitori e l'utilizzo del web e dei *social network*

OBIETTIVI SPECIFICI

- ✓ Sperimentare una modalità d'intervento nella scuola con il coinvolgimento delle famiglie su azioni di promozione di sani stili di vita, ad es attraverso lo sviluppo di occasioni per la promozione dell'attività fisica, come i pedibus, la riqualificazione di cortili e spazi per il gioco e la didattica outdoor, il chilometro al giorno, l'orto sociale, o attraverso il sostegno ai cambiamenti dei comportamenti individuali o di classe, come la scelta della frutta per l'intervallo, corsi di cucina salutare, azioni per incrementare il consumo di frutta e verdura, ...
- ✓ Produrre strumenti e materiali a supporto delle attività progettuali
- ✓ Stesura di un report disponibile per tutti gli attori di progetto

METODOLOGIA

Il progetto si propone di sperimentare un modello di intervento caratterizzato da un approccio partecipato, finalizzato alla valorizzazione del ruolo centrale della comunità scolastica e al coinvolgimento attivo delle figure che la compongono, integrando la modalità in presenza con quella a distanza. Con l'aiuto della scuola si intende valorizzare il **ruolo dei rappresentanti di classe e di altri genitori** che siano interessati a svolgere un ruolo di "peer educator" per portare all'attenzione delle famiglie l'importanza

dell'adozione di comportamenti salutarie in materia di alimentazione, movimento e benessere, sia per sensibilizzare le persone coinvolte rispetto alle conseguenze che le scelte in materia di stili di vita hanno sulla salute dei bambini, sia per divulgare informazioni di iniziative presenti sul territorio sia per raccogliere idee e suggerimenti dalle comunità genitoriali, rinforzando l'autoefficacia e il senso di appartenenza alla comunità.

L'impianto del progetto, che potrà essere personalizzato insieme a docenti e genitori coinvolti, prevede alcune **azioni chiave**:

1. Il coinvolgimento dei rappresentanti dei genitori (oe/o altri genitori peer) e la condivisione di obiettivi e modalità di realizzazione del progetto
2. Un primo incontro di due ore (eventualmente on-line) rivolto a tutte le famiglie per la condivisione di bisogni e priorità di salute in materia di alimentazione, movimento, benessere e salute dei bambini (anche in relazione alle nuove necessità emerse con l'emergenza sanitaria) e identificazione degli elementi che ostacolano l'adozione di comportamenti salutarie. Il gruppo sceglierà 1-2 priorità rilevanti su cui si ritiene utile intervenire e che saranno il tema dell'incontro successivo.
3. Un secondo incontro di due ore, in cui individuare le soluzioni alle criticità e ostacoli rilevati e definire collettivamente una o più azioni da realizzare nella comunità scolastica, con la collaborazione di tutti gli attori (genitori, operatori ASL insegnanti, ragazzi, ...), azioni sostenibili che intervengano sui problemi individuati.
4. Realizzazione delle azioni con il coinvolgimento e la collaborazione delle famiglie, del personale scolastico e degli operatori ASL.



Le modalità di svolgimento del progetto saranno adattate alle condizioni consentite dalle norme per il contenimento dell'emergenza COVID-19 o con l'utilizzo di video conferenze.

VALUTAZIONE

- Questionari per i genitori
- Raccolta di materiali di documentazione (report del progetto, prodotti grafici e mediali, ...)

TEMPI di ATTUAZIONE anno scolastico 2021 -22

MODALITA' E TEMPI di ADESIONE della SCUOLA

Compilare la scheda di adesione secondo le modalità previste dal Piano Collaborativo. Verrà inoltre richiesta in un secondo momento la compilazione di un breve questionario e la sottoscrizione del progetto da parte del Dirigente

RECAPITI CONTATTI

Silvia Cardetti, Psicologa	tel. 0172 240687 – 680	silvia.cardetti@aslcn1.it
Maria Elena Sacchi, Dietista	tel. 0172 699263	mariaelena.sacchi@aslcn1.it
Marinella Revello, Ass. sanitaria	tel. 0171 450608	educazione.sanitaria@aslcn1.it
Sara Mattalia, dietista		sara.mattalia@aslcn1.it